

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ "Детский сад № 6 "Алёнушка" г.Новопапловска
/Терешкина Л.Ю./

МЕНЮ

23 мая 2025 г.

Сад 10 часов Северная



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,42	8,67	35,86	251,86	0,55
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7	0,07	0,00	7,27	29,98	0,59
Итого			427	9,92	8,97	58,93	357,44	1,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	114	0,45	0,45	11,14	53,44	11,37
Итого			114	0,45	0,45	11,14	53,44	11,37
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,72	3,00	12,24	102,94	4,68
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	1,48	0,54	7,28	39,93	0,09
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	145	3,40	4,68	13,93	113,78	31,46
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,95	0,57	12,96	64,80	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,73	0,30	19,96	99,17	87,80
Итого			635	16,71	9,39	82,17	496,22	124,03
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	59	4,39	5,74	43,55	244,10	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	195	0,95	0,19	19,12	81,38	1,56
Итого			254	5,34	5,93	62,67	325,48	1,56
Всего				32,42	24,74	214,91	1 232,58	138,10

повар

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ "Детский сад № 6 "Алёнушка" г.Новопапавловска
/Терешкина Л.Ю./

МЕНЮ

23 мая 2025 г.

Ясли 10 часов Путевая

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	7,44	8,96	30,50	233,34	0,75
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	170/6/2	0,06	0,00	6,63	27,40	0,59
Итого			378	9,93	9,26	52,93	336,34	1,34
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,43	0,43	10,41	49,95	10,63
Итого			106	0,43	0,43	10,41	49,95	10,63
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	5,43	2,34	15,30	104,26	6,39
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	90	1,34	0,62	5,67	33,81	0,12
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,78	4,21	11,46	96,46	26,26
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,03	0,25	13,17	63,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,48	10,80	54,00	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,48	67,12	60,00
Итого			565	13,70	8,10	69,88	418,65	92,77
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	167	0,81	0,16	16,33	69,52	1,33
Итого			207	3,81	4,08	46,09	236,32	1,33
Всего				27,87	21,87	179,31	1 041,26	106,07

повар

